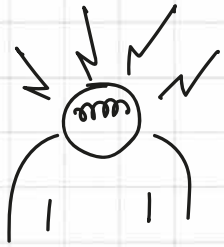
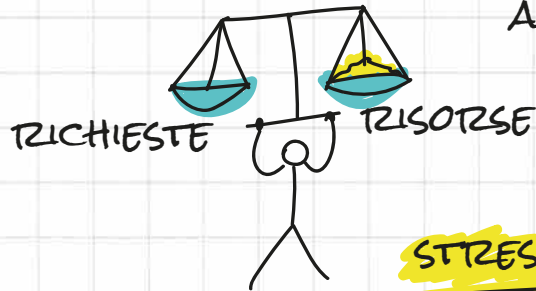
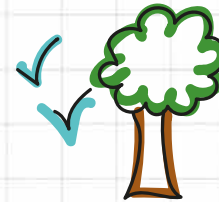
STRESS LAVORO CORRELATO

LA REAZIONE DELL'ORGANISMO A QUALSIASI STIMOLO, SOLLECITAZIONE E RICHIESTA PROVENIENTE DALL'ESTERNO

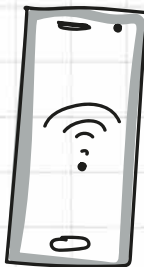
È UNA CONDIZIONE EMOTIVA CHE SI MANIFESTA QUANDO LE PERSONE PERCEPISCONO UNO SQUILIBRIO TRA LE CONTINUE RICHIESTE AVANZATE NEI LORO CONFRONTI E LE RISORSE A DISPOSIZIONE

IL LAVORATORE PROVA UNA SENSAZIONE DI INADEGUATEZZA NEL NON RIUSCIRE A DARE UNA RISPOSTA ALLE RICHIESTE O ALLE ATTESE RISPOSTE NEI SUOI CONFRONTI

STRESS POSITIVO → EUSTRESS

LA MAGGIOR PARTE DEGLI STIMOLI SONO POSITIVI PER AUMENTARE CONOSCENZE E COMPETENZE

STRESS NEGATIVO → DISTRESS

METTE A RISCHIO LA SALUTE PSICOFISICA E PONE PROBLEMI IMPORTANTI

LO STRESS PUÒ FRENARE LE GUARIGIONI, AMPLIFICARE SINTOMI DI MALATTIA, INDURRE A ERRORI GRAVI

FENOMENI DI AFFATICAMENTO ESAURIMENTO EMOTIVO IN PROFESSIONI A CONTATTO CON IL PUBBLICO

TECNO STRESS

MALATTIA DA USO ECCESSIVO E SIMULTANEO DI INFORMAZIONI DIGITALI TRAMITE APPARECCHI

MOBBING

COMPORTAMENTO RIPETITIVO, MOLESTO, OSTILE, DA SUPERIORE O PARI LIVELLO

COSA FARE?

- VALUTAZIONE PRELIMINARE
- EVENTUALI CORRETTIVI
- VALUTAZIONE APPROFONDITA
- POLITICA ANTISTRESS INTEGRATA PER CONOSCENZA COMUNICAZIONE E GESTIONE DELLO STRESS

MULTITASKING

INTERRUZIONE CONTINUA PROVOCATA DA USO MULTIPLO DI TECNOLOGIE DIGITALI